

Утверждаю:  
Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н.

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ № 9

24 Апреля 2024г.

Приложение №8  
: СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	4,00	4,00	14,00	103,00	10/3
	<i>Каша пшённая молочная</i>	150	6,00	6,00	23,00	169,00	4/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>10,68</b>	<b>14,31</b>	<b>46,66</b>	<b>357,99</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			17,00	73,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,32</b>	<b>0,21</b>	<b>17,39</b>	<b>72,75</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>-Салат овощной из помидоров с луком</i>	40		2,00	2,00	32,00	14/9
	<i>Бабушкин суп</i>	150	7,00	7,00	16,00	156,00	39/1
	<i>Слоёные голубцы с мясом</i>	160	11,00	12,00	12,00	196,00	31/2
	<i>Компот из свежих яблок и груш</i>	150			9,00	36,00	24/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>21,60</b>	<b>22,29</b>	<b>57,84</b>	<b>518,24</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<i>Бананы</i>	70	1,00		13,00	59,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>230</b>	<b>5,40</b>	<b>4,87</b>	<b>19,44</b>	<b>143,19</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат из консервированной кукурузы</i>	40	1,00	2,00	6,00	49,00	6/1
	<i>Рыба, зачеченная в омлете</i>	150	17,00	8,00	6,00	162,00	5/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>410</b>	<b>20,83</b>	<b>10,91</b>	<b>36,88</b>	<b>328,98</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1635</b>	<b>59,00</b>	<b>53,00</b>	<b>178,00</b>	<b>1421,00</b>	







